

**La municipalité de  
Portneuf-sur-Mer  
vous souhaite une  
belle compétition**



**Martin Ouellet  
Député de René-Lévesque**

## **LES COORDONNÉES DE LA RÉALISATION**

Les départs et arrivées se feront au  
Site récréatif de Portneuf-sur-Mer  
Samedi le 29 juillet 2017 à partir de 9h00

Pour plus d'information contactez :

**Réal Duchêne**  
418-238-2032

**Lyson Gagnon**  
418-238-2032

Lors du souper hot dog  
Et de la remise des médailles,  
Plusieurs prix de présence seront  
Tirés parmi les participants (tes).

**IL Y AURA TIRAGE  
D'UN MAGNIFIQUE  
VÉLO DE MONTAGNE**

Une commandite  
Des Crabiers du Nord Inc.

Le coût d'inscription comprend :

- Un goûter • Des rafraîchissements •
- Un souper (hot-dog) • Une boisson gazeuse •
- Chandail •

 **Desjardins**  
Caisse Desjardins  
du Centre de  
La Haute-Côte-Nord

  
**LES CRABIER**  
Portneuf-sur-Mer

Journal **HAUTE  
CÔTE-NORD**  
LE JOURNAL DES GENS D'ICI

 **PRONATURE**  
PLEIN AIR • CHASSE • PÊCHE

**L'Heureux  
J & Fils Inc**

  
**LES MARCHES  
TRADITION**

Alimentation JL

 **Brunet**  
Votre santé, c'est tout ce qui compte

Jean-Luc  
Nadeau  
pharmacien

 **META  
FORME**  
DES ESPACES

Aménagement • Gestion • Expertise  
André Émond, architecte paysagiste

 **PRO  
FAUNE**  
Services-Conseils en environnement  
Déprédation

 **pepsi**

 **Esso** Halte 138  
Portneuf-sur-Mer

  
Municipalité de  
Portneuf-sur-Mer

Site récréatif  
Portneuf-sur-Mer

# Biathlon Duathlon

## 30<sup>e</sup> édition



[www.portneuf-sur-mer.ca](http://www.portneuf-sur-mer.ca)

Portneuf-sur-Mer

*Samedi  
le 29 juillet 2017  
au site récréatif  
(camping)*

## HORAIRE DE LA JOURNÉE

### 9 h 00 Course d'habileté

(Jeune 4 et 5 ans)  
Coût 5.00 \$

### 9 h 15 Étudiant primaire 1<sup>er</sup> cycle

(1<sup>er</sup> et 2<sup>e</sup> année)  
Course 0,5 Km (Cross-Country)  
Coût : 10.00 \$ (par personne)

### 9 h 30 Étudiant primaire 2<sup>e</sup> cycle

(3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> année)  
Course 1 Km (Cross-Country)  
Coût : 10.00 \$ (par personne)

### 9 h 30 Étudiant primaire 3<sup>e</sup> cycle

(5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année)  
Course 1 Km (Cross-Country)  
Coût : 10.00 \$ (par personne)

### 10 h 00 Course 2 km (Cross-Country)

Course 2 Km (Cross-Country)  
Femme ou homme 18 ans & -  
Femme ou homme 19 à 39 ans  
Femme ou homme 40 ans et plus  
Coût : 10.00 \$ (par personne)

### 10 h 30 Course 5 km (Cross-Country)

Course 5 Km (Cross-Country)  
Femme ou homme 18 ans & -  
Femme ou homme 19 à 39 ans  
Femme ou homme 40 ans et plus  
Coût : 10.00 \$ (par personne)

### 10 h 30 Course 10 km (Cross-Country)

Course 10 Km (Cross-Country)  
Femme ou homme 18 ans & -  
Femme ou homme 19 à 39 ans  
Femme ou homme 40 ans et plus  
Coût : 10.00 \$ (par personne)

### 11 h 45 Marche 1 Km ou 2,5 Km

Coût : 10.00 \$ (par personne) \*\*

### Petit et Grand Duathlon

#### 12 h 45 Petit Duathlon

Femme ou homme  
Vétéran femme ou femme  
(40 ans et plus)  
Équipe femme ou homme  
Course 2 Km (Cross –Country)  
Vélo 5 Km (Montagne)  
Course 2 Km (Cross-Country)  
Coût : 15.00 \$ (par personne)

#### 14 h 15 Grand Duathlon

Femme ou homme  
Vétéran femme ou homme  
(40 ans et plus)  
Équipe femme ou homme  
Course 5 Km (Cross –Country)  
Vélo 15 Km (Montagne)  
Course 2 Km (Cross-Country)  
Coût : 20.00 \$ (par personne)

## RÈGLEMENTS

- 1<sup>er</sup> Pour toutes les compétitions, les participants doivent contourner les bornes de signalisation sous peine de disqualification.
- 2<sup>e</sup> Les dossards se portent à l'avant.
- 3<sup>e</sup> Pour les épreuves du «Petit Duathlon» et du «Grand Duathlon», la compétition peut se faire individuellement ou en équipe de deux : un qui fait la course et l'autre le vélo.
- 4<sup>e</sup> Pour le vélo, le port du casque est obligatoire.
- \*\* Pour la marche, pour avoir droit au tirage des prix de présence, les marcheurs devront récupérer un billet à mi-parcours.

## GAGNANTS

Course d'habileté	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Spécial étudiant 1 <sup>er</sup> cycle	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Spécial étudiant 2 <sup>e</sup> cycle	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Spécial étudiant 3 <sup>e</sup> cycle	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 2 km Femme 18 ans & moins	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 2 km Femme 19 à 39 ans	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 2 km Femme 40 ans et plus	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 2 km Homme 18 ans & moins	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 2 km Homme 19 à 39 ans	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 2 km Homme 40 ans et plus	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 5 km Femme 18 ans & moins	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 5 km Femme 19 à 39 ans	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 5 km Femme 40 ans et plus	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 5 km Homme 18 ans & moins	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 5 km Homme 19 à 39 ans	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
	Suite...

## GAGNANTS (suite)

...suite	
Course 5 km Homme 40 ans et plus	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 10 km Femme 18 ans & moins	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 10 km Femme 19 à 39 ans	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 10 km Femme 40 ans et plus	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 10 km Homme 18 ans & moins	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 10 km Homme 19 à 39 ans	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Course 10 km Homme 40 ans et plus	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
<b>Petit et Grand Duathlon</b>	
Individuel femme	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Individuel homme	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Individuel femme vétéran	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Individuel homme vétéran	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Équipe femme	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Équipe homme	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Équipe femme vétéran	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze
Équipe homme vétéran	1 <sup>er</sup> : or 2 <sup>e</sup> : argent 3 <sup>e</sup> : bronze